

L'incontinence urinaire d'effort

L'incontinence urinaire est représentée par une fuite urinaire involontaire. Elle peut être la conséquence de nombreuses affections sous-jacentes, dont les infections urinaires, les accidents vasculaires cérébraux, la grossesse, l'obésité, certaines affections neurologiques et d'autres problèmes de santé parfois associés au vieillissement. L'incontinence urinaire d'effort est une forme d'incontinence urinaire. Une personne ayant une incontinence urinaire est incapable de retenir ses urines lors de la toux, des éternuements, du rire ou lors de l'exécution d'autres mouvements qui augmentent la pression sur la vessie, l'organe qui recueille et contient l'urine. Heureusement, l'incontinence urinaire peut habituellement être traitée efficacement.

LA MICTION

Lors de la miction, les muscles de la vessie se resserrent et évacuent vers l'extérieur l'urine au travers de l'urètre, conduit qui va de la vessie vers l'extérieur. En même temps, les muscles entourant l'urètre se relâchent, permettant à l'urine de passer librement. Ces muscles peuvent également se resserrer et comprimer l'urètre pour empêcher l'urine de passer. Si ces muscles s'affaiblissent ou sont lésés, ils peuvent être incapables de retenir l'urine au cours d'un éternuement ou lors du rire. La fuite d'urine qui s'en suit peut être juste minime ou si la vessie est pleine, elle peut être plus importante.

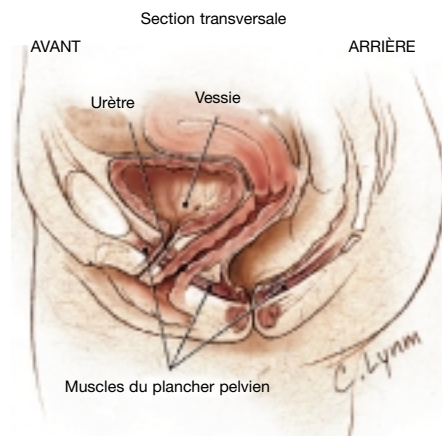
LES EXAMENS DE L'INCONTINENCE URINAIRE D'EFFORT

- **Analyse d'urine** – recherche dans les urines d'une infection ou d'autres anomalies
- **Echographie** – l'utilisation d'ultrasons permet la mesure de la quantité d'urine restante dans la vessie après miction
- **Tests dynamiques urinaires** – analyse de la fonction de la vessie au moyen de son remplissage avec de l'eau par un cathéter (tube passé par l'urètre jusque dans la vessie)

TRAITEMENTS POSSIBLES DE L'INCONTINENCE URINAIRE D'EFFORT

- Les exercices de Kegel sont conçus pour renforcer les muscles du plancher pelvien qui soutiennent la vessie et les muscles qui entourent l'urètre
- Le traitement comportemental apprend à mieux contrôler les muscles intervenant dans la miction et l'incontinence et peut utiliser graphiques ou journaux quotidiens pour suivre le moment de survenue des épisodes d'incontinence
- Le Biofeedback est conçu pour augmenter la sensation de tension musculaire par utilisation de systèmes électriques ou de détection de la pression.
- La stimulation électrique du plancher pelvien emploie des impulsions stimulantes électriques courtes pour renforcer les muscles pelviens
- Des injections de collagène dans les tissus autour de l'urètre peuvent être faites pour améliorer le retenue des urines.
- La chirurgie peut améliorer le soutien de la vessie et de l'urètre.

Si vous pensez que vous avez une incontinence urinaire d'effort, consultez votre médecin pour une évaluation et pour envisager avec lui le traitement le plus adapté à vos symptômes.



POUR PLUS D'INFORMATIONS

- American College of Obstetricians and Gynecologists
202/863-2518
www.acog.org
- National Institute of Diabetes & Digestive & Kidney Disease
National Kidney and Urologic Diseases Information Clearinghouse
800/891-5390
www.niddk.nih.gov
- Association Française d'Urologie
<http://www.urofrance.org/>
- Société Suisse d'Urologie
<http://www.urologie.ch/>

INFORMEZ-VOUS

Pour trouver cette page des patients et les autres pages du JAMA, allez à la rubrique de la page des patients sur le site Internet du JAMA à www.jama.com. Une page du patient sur l'incontinence urinaire a été publiée dans le numéro du 16 décembre 1998.

Références : American College of Obstetricians and Gynecologists, National Institute of Diabetes & Digestive & Kidney Disease, American Foundation for Urologic Disease, American Urogynecologic Society, American Urological Association.

Sharon Parmet, (maître ès sciences), rédaction

Cassio Lynn, (maître ès arts), illustration

Richard M. Glass (docteur en médecine), rédacteur en chef

La page du patient est un service public du JAMA. Les informations et les recommandations apparaissant dans cette page sont adaptées dans la plupart des cas, mais ne remplacent pas un diagnostic médical. Pour des questions spécifiques concernant votre état de santé, le JAMA suggère que vous consultiez votre médecin.

